

DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn en Leersum

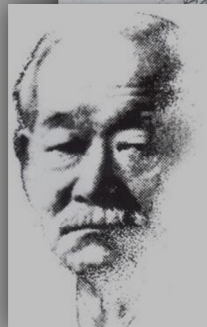
februari 2016 oplage **101**

hermanboersma@hotmail.com

www.judoschool-hermanboersma.nl

033-4729247. IBAN: [NL90INGB0003915745](http://www.iban.nl)

Als je aan het eind van de judoles trakteert omdat je jarig bent, of als er wat anders te vieren is, bij voorbeeld dat er een broertje of zusje geboren is dan krijg je een superkleurplaat van 40 bij 60 centimeter !!! Je mag er één kiezen uit zo'n 10 voorbeelden. Hieronder zie je er een paar.





Uitslag prijsvraag januari: Pieter van Spronsen. Owen Stevens. Sacha Korsman. Linde van Os. Maarten Stiefelhagen. Noortje van Os. Martin Kesler.



De herfstkleurplaat is gewonnen door Koba Veltman en Isa Oudejans. Koba had er een storm bijgetekend door kringeltjes in de lucht en Isa had prachtige kleuren. De redactie van dit blad feliciteert óók de andere kleurplaatprijswinnaars. En als je geen prijs hebt: GEEF NIET OP !

JUDOKA VAN DE MAAND

Naam **Stephan**. Leeftijd **9**.
 Kleur band/slip **Gele band en groene slip**.
 Hoe lang zit je op judo **Ruim 2 jaar**.
 Favoriete schoolvakken **Rekenen en drama en crea**. Mooiste boek **De Kinderen Van Bolderburen**. Mooiste film **The Lion King**.
 Hobby's **Lego bouwen en Minekraft spelen**.
 Wat is je beste judoworp/greep **De terughaak**.
 Ik houd van **Spelen**. Ik heb een hekel aan **Pijn**. Wat vind je het leukste van judo **De toernooien**. Wat vind je het vervelendste van judo **De verwurgingen**. Wat vind je van Nederland **Super !** Wat vind je van de buurt waarin je woont **Leuk**.
 Waar droom je van **Altijd te winnen**.
 Wie wonen er bij jullie thuis **Papa, mama, Lars en ik**. Wat is het leukste van De Balans **De moppen**. Wat wil je later worden **Brandweerman**. Wat is je grootste wens **Altijd 1ste te worden**. Ben je gelukkig **Ja**. Hoe komt dat **Bijna overal ben ik gelukkig**.

Wat wil je nog zeggen **Een gelukkig 2016 !**



Stephan: 'Het leukste van judo vind ik de toernooien'

Casper van Zonneveld bruine band

Benjamin Smit blauwe band

Witte band gele slip: **Briek Willems. Julian van Wezel. Ilan Alli. Jord Visser. Freek Redelé. Maarten Redelé. Geertje Redelé.**

Witte band oranje slip: **Dries Willems. Daan van der Bijl. Julian Holl. Lucas van Rijn. Tom Ormel. Willem van der Mast. Aziz Makrani.**

Witte band groene slip: **Freek de Moed. Hannah Zaal. Max Sluiter. Logan Sturkenboom. Pepijn Wetters.**

Witte band bruine slip: **Martje Roelands.**

Gele band: **Gijs van Lieshout. Ruan Kuepers. Pieter van Spronsen. Louis van Hoof.**

Gele band groene slip: **Daan Schmitz. Marilène Koch. Lynn Oudejans.**

Oranje band: **Jeffrey Meerdink. Kris Stevens. Olivia van Kleunen. Owen Stevens. Per Stevens. Stephan Geluk.**

Oranje band bruine slip: **Tom Klein. Tristan van Kleunen.**

Groene band: **Ashton Hillert.**

Groene band blauwe slip: **Pepijn Bosvelt. Timo van Rossen.**

Blauwe band: **Benjamin Smit.**

Bruine band: **Casper van Zonneveld.**



Casper van Zonneveld



Benjamin Smit

Mark Elenbaas bruine band

Jan-Willem van Os blauwe band

Witte band rode slip: **Kobe Veltman.**

Witte band gele slip: **Maarten Stiefelhagen. Zoë de Bruijn. Benthe Roefs. Cas Figge. Sverre Meijer. Lena Quartel.**

Witte band oranje slip: **Mats van Vliet. Timo Profitlich. Casper Dongelmans. Frederike Dunsbergen. Freek Vrijaldenhoven. Jasper. Stefan Stasse.**

Witte band groene slip: **Nathan Guijt. Cathelijne Bottema. Eva Zijlstra. Isis van den Berg. Olivier Roefs. Lynn Lankhaar. Nikki van der Veldt. Noortje van os. Eran Hana.**

Witte band blauwe slip: **Lukas Stiefelhagen. Dennis Vlastuin. Sander Jansen.**

Witte band bruine slip: **Nick Melieste. Djoryo te Beest. Martin Kesler.**

Gele band: **Isa Oudejans.**

Gele band groene slip: **Leonard Petit.**

Gele band blauwe slip: **Milan Koudijs.**

Gele band bruine slip: **Thijs Dunsbergen. Daisy de Vries. Mirte Mosselman. Sacha Korsman. Aron Quartel.**

Oranje band: **Marcel van Eem. Mika Krop. Corwin van Vulpen.**

Oranje band blauwe slip: **Chris de Vries.**

Oranje band bruine slip: **Bart Verhagen.**

Groene band: **Arjan Luijendijk. Bram Luijendijk. Kees van Zwetselaar. Sacha Meurs. Jasper Bijkerk.**

Blauwe band: **Jan-Willem van Os.**

Bruine band: **Mark Elenbaas.**



Mark Elenbaas



Jan-Willem van Os



Uitslagen oefentoernooi Doorn 11-1-2016

4^e werden: Daan van der Bijl. Briek Willems. Freek Redelé. Lucas van Rijn. Tom Ormel. Pepijn Wetters. Daan Schmitz. Ryan Kuepers. Louis van Hoof. **3^e werden:** Casper van Zonneveld. Jeffrey Meerdink. Aziz Makrani. Mats Schiphorst. Martje Roelants. Freek de Moed. Julian Holl. Maarten Redelé. Wiebe van Rijn. **2^e werden:** Julian van Wezel. Ilan Alli. Willem van der Mast. Logan Sturkenboom. Pieter van Spronsen. Kris Stevens. Per Stevens. Tristan van Kleunen. Pepijn Bosvelt. **1^e werden:** Benjamin Smit. Timo van Rossen. Stephan Geluk. Olivia van Kleunen. Hannah Zaal. Max Sluiter. Gijs van Lieshout. Dries Willems. Jord Visser.



Gijs 1, Willem 2 en Tom, Lucas en Julian alle drie de 3^e prijs want ze hadden evenveel punten.



Beetje flauw om het erepodium precies onder de diamantenlamp te zetten maar Benjamin vind het wel grappig.



Links:  n van de vele spannende partijen.

Rechts: een applaus voor de judoka's van poule 1.



MOROTE-SEOI-NAGE

MOROTE SEOI NAGE

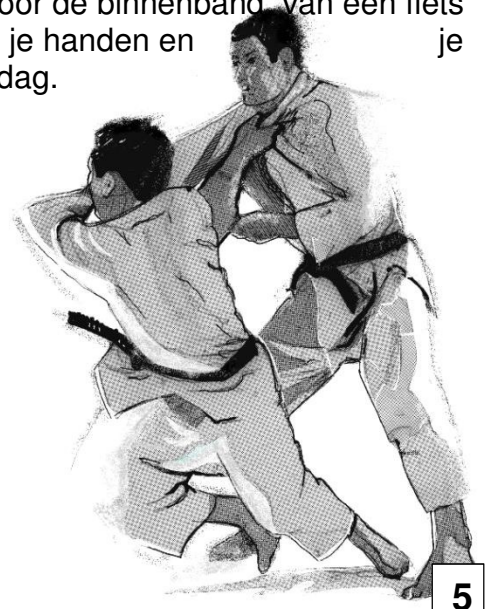
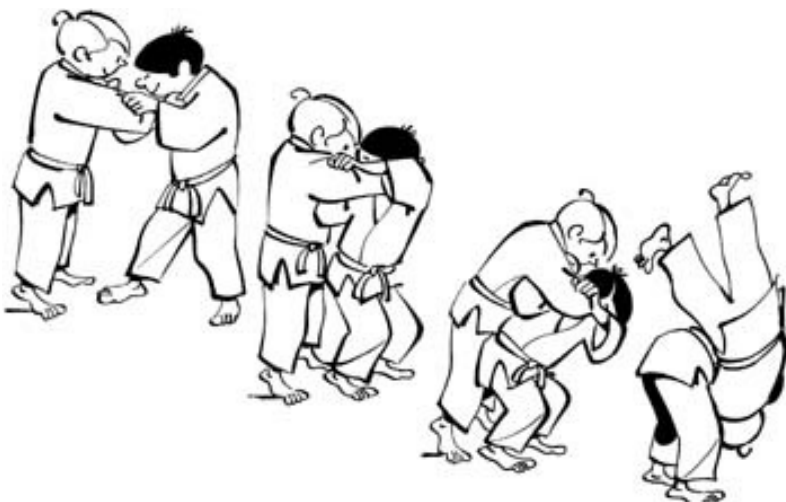
背負投げ



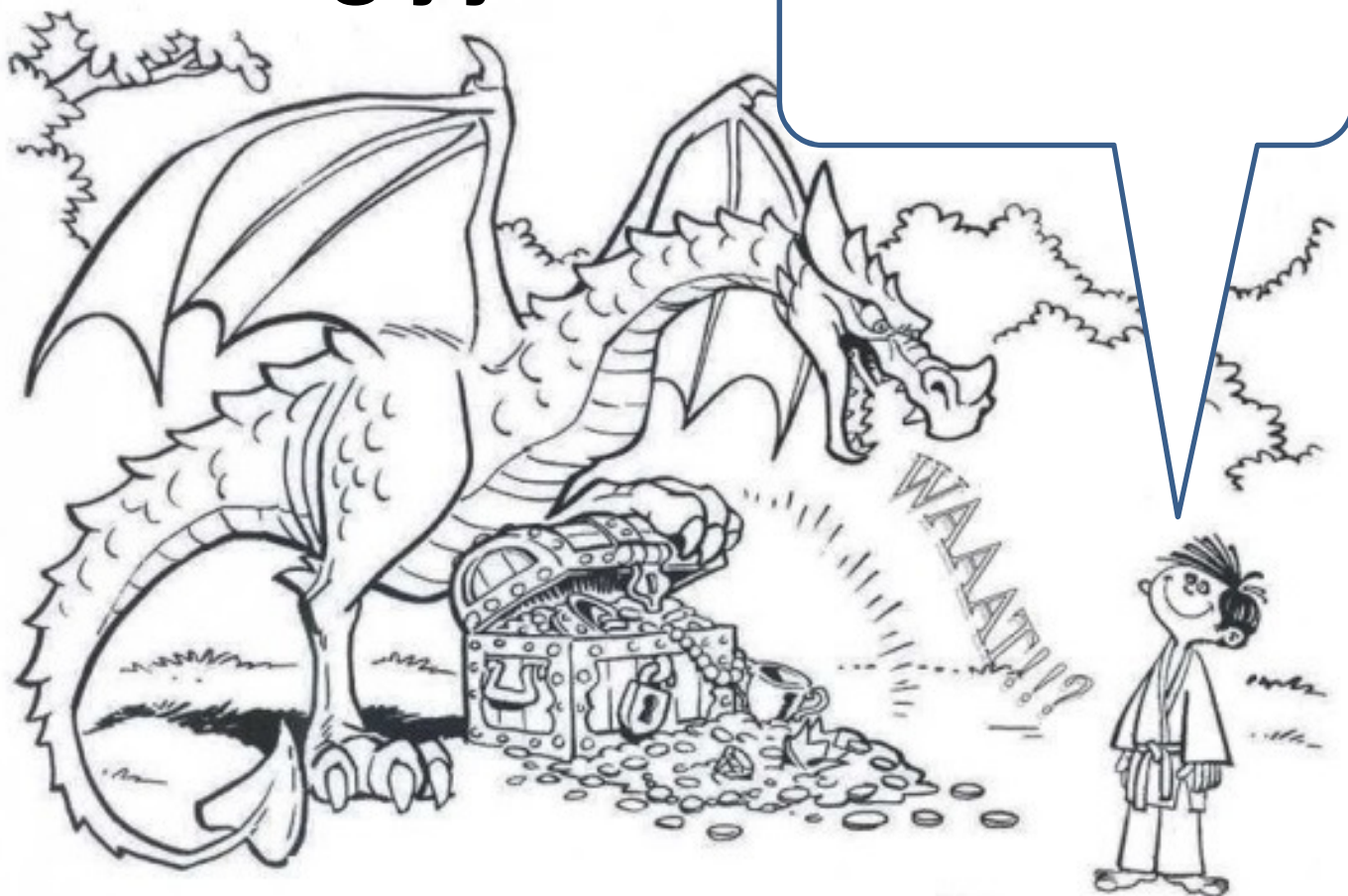
TECHNIEK VAN DE MAAND

Morote-seoi-nage (schroef-draai-worp).

Deze worp lukt goed bij tegenstanders die groter zijn dan jij. Voordat je je rug ervóór draait moet je de tegenstander naar je toe halen. Het ervóór draaien moet heel snel gaan. Het is een hele geschikte worp voor Olivia van Kleunen of Sacha Korsman want ze zijn niet lang, dan kan je er goed onderdraaien. Je moet achteruit lopen of er voor zorgen dat de tegenstander duwt en dan schroeven maar. Het indraaien kun je oefenen door de binnenband van een fiets aan een boom te binden. Je wikkelt de fietsband een slag om je handen en je trekt steeds krachtig voordat je indraait. Doe dit 100 keer per dag.



Wat zeg jij ?



Wat zegt deze jongen tegen de draak? Schrijf het op. Knip het uit en geef het aan meester Herman. De leukste 10 winnen een prijs. Zet hier je naam:

.....



GROEP VAN DE MAAND

Vanaf links
staand: Jeffrey.
Benjamin. Casper
Kok. Casper van
Zonneveld. Meester
Michel. Timo. Per.
Zittend midden:
Tom. Aziz. Tristan.
Olivia. **Zittend**
onder: Louis.
Stephan. Kris.
Owen. Ashton.
Lynn. **Liggend:**
Pepijn.

Uitslagen oefentoernooi Leersum 13-1-2016

4^e werden: Aäron Noorlander. Cas Figge. Casper Dongelmans. Sverre Meijer. Maarten Stiefelhagen. Cathelijne Bottema. Nathan Guijt. Eva Zijlstra. Nikki van der Veldt. Daisy de Vries. Linde van Os. Dennis Vlastuin. Mirte Mosselman. Isa Oudejans. Mika Krop. Chris de Vries. Arjan Luijendijk. **3^e werden:** Corwin van Vulpen. Bram Luijendijk. Sander Jansen. Eran Hana. Nooa Mosselman. Lynn Oudejans. Olivier Roefs. Jasper. Stefan Stasse. Lynn Lankhaar. **2^e werden:** Isis van den Berg. Mats van Vliet. Bente Roefs. Lukas Stiefelhagen. Thijs Dunsbergen. Aron Quartel. Olivia van Kleunen. Bart Verhagen. Kees van Zwetselaar. Jan-Willem van Os. **1^e werden:** Sacha Meurs. Milan Koudijs. Martin Kesler. Sacha Korsman. Marcel van Eem. Nick Melieste. Frederike Dunsbergen. Freek Vrijaldenhoven. Noortje van os.



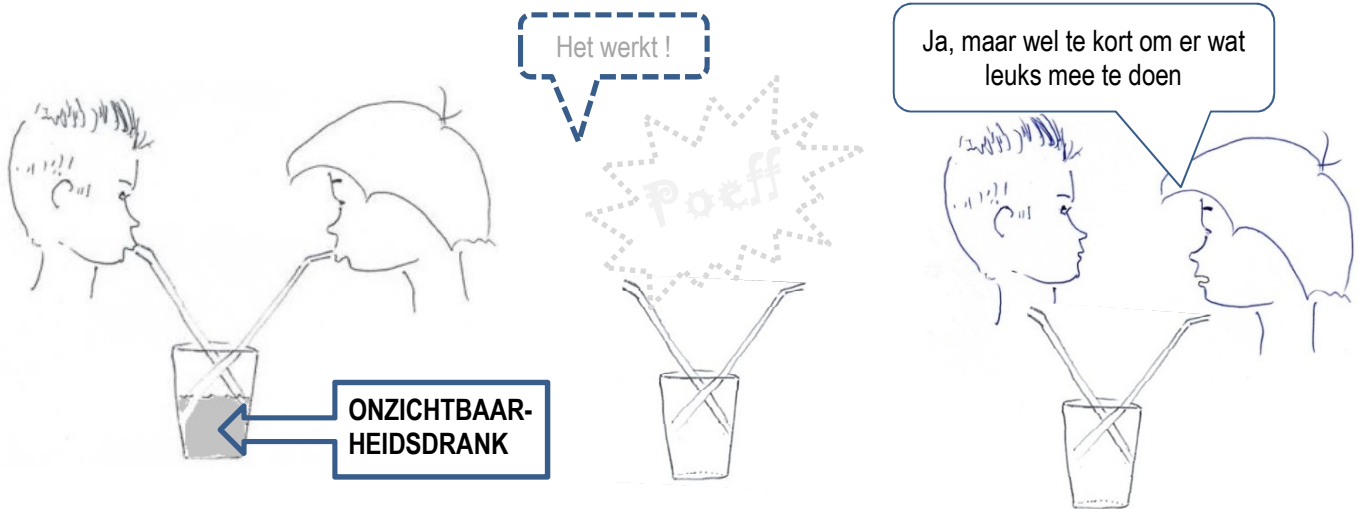
Mirte heeft heel goed geholpen samen met veel anderen. Compliment!



In deze poule was heel leuk judo te zien

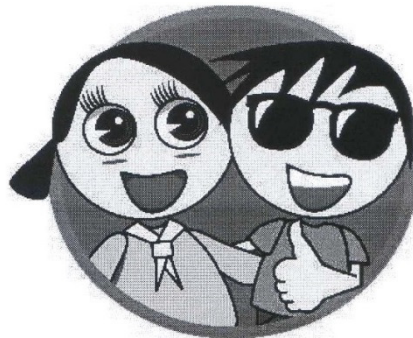


Een moment uit één van de vele spannende partijen



Vriendjes & vriendinnetjes-les

Doorn 15 februari.
Leersum 17 februari.

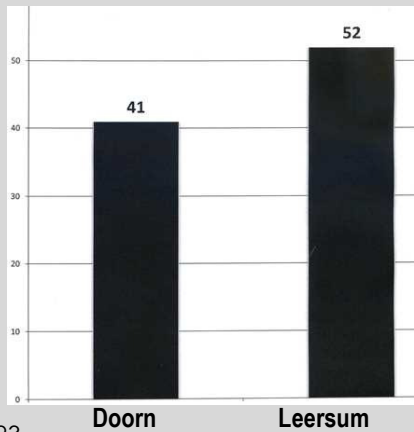


Iedereen mag een vriendje of vriendinnetje meenemen om mee te doen aan de laatste judoles vóór de voorjaarsvakantie. Dus gaan we er weer een leuke les van maken.

De voorjaarsvakantie is in Doorn op maandag 22 februari en op woensdag 24 februari in Leersum.

In de peiling

Ledenaantallen. Peildatum: 19-1-2016



Totaal 93

Even Noteren:

Op onze website staan alle data van vakanties en activiteiten, kijk in de agenda van www.judoschool-hermanboersma.nl

www.judoschool-hermanboersma.nl

De voorjaarsvakantie is in Doorn op maandag 22 februari en in Leersum op woensdag 24 februari

GROETEN UIT... (onregelmatig terugkerende rubriek)

Hongarije

We bezochten er een grondeigenaar (20ha). Met hem dwaalden we door de overgebleven oude fabriekshallen daar. Een bijzondere belevenis, dat is zeker. Hij bracht ons ook naar een oude locomotief op het terrein. Hij is te koop. Voor € 42.000 (en afleverkosten) bent u de man en regel ik het voor u. Lijkt me leuk om te doen. Ik heb hem gelijk op de website gezet, samen met de andere nieuw binnengekomen vintage items.

www.containeroost.com

Groeten van Huib.



Bij Container Oost krijgen authentieke industriële erfstukken een tweede leven

CinPassion

Praktijk voor welzijn, ontspanning, bewustwording en balans cindy@cinpassion.nl www.cinpassion.nl
06-20544537